

## PRESCRIPTION DE PHYSIOTHÉRAPIE

### Protocole de réhabilitation

### Prothèse totale de l'épaule inversée

droit       gauche)

Date :

Signature de l'orthopédiste :

#### Soins post-opératoires :

- Ne pas mouiller les plaies avant que les points de sutures ne soient enlevés.
- Les points de sutures seront enlevés lors de la visite de contrôle 10 à 14 jours après l'opération par le CLSC (selon orthopédiste).
- Analgésique, au besoin (acétaminophène, anti-inflammatoire, etc).
- Glace 15 à 20 minutes, au besoin.

#### Phase 1 (jours 1 à 28) post-opératoire

Amplitudes articulaires

- **Attelle thoraco-brachiale en tout temps** sauf pour exercices.
- Exercices AA coude-poignet-main.

#### Phase 2 (4 à 6 semaines)

Amplitudes articulaires

- Sevrage complet de l'attelle.
- Débuter mobilisations passives :
  - flexion globale
  - abduction  $\leq 90^\circ$
  - aucune rotation externe avant 6 semaines
  - pas d'extension avec 6 semaines
  - pas de rotation interne derrière le dos avant 8 semaines

#### Phase 3 (6 semaines à 8 semaines)

Amplitudes articulaires

- Débuter mobilisations actives-assistées :
  - flexion
  - abduction  $\geq 90^\circ$
  - rotation externe à  $0^\circ$  d'abduction
- Mouvements actifs libres contre gravité selon progression.

#### Phase 4 (8 à 12 semaines)

Amplitudes articulaires

- Débuter rotation interne et main dans le dos..

Renforcement musculaire

- Débuter renforcement musculaire progressif de la coiffe des rotateurs (coude au corps), deltoïde et stabilisateurs de l'omoplate.

#### Phase 5 (3 à 6 mois)

Amplitudes articulaires

- Aucune restriction.

Renforcement musculaire

- Renforcement musculaire sans restriction.
- Objectif : retour aux activités normales.

Dr Stéphanie Hinse

Dr Dani Massie

Hôpital de Verdun – 4000 boul. LaSalle – Verdun (Québec) H4G 2A3